

**Et fællesskab. Et herreværelse med pletter og pander. Et sted at mødes omkring en fælles interesse. Eller to faktisk. Gastronomi og hygge... LOF Holbæk-Lejre har stor succes med madlavningskurser målrettet mænd. Her mødes mænd om den gode smag... Og om så meget andet.**

Der bliver talt og skrevet meget om mænd og ensomhed. Det gælder ikke for de 'herrer', der på fast basis mødes for at lave mad sammen under overskriften *Madlavning for mænd*. Her mødes mænd på tværs af alder, interesser og faglig og social baggrund omkring den gode smag. Inddelt i hold og med udgangspunkt i sæsonens råvarer, skal de – under kyndig vejledning af en dygtig kok – lave forskellige retter og spise sammen. Som på denne aften, hvor den står på bl.a. grønne asparges fra Lammefjorden med serrano skinke og ramsløgsmayo, flankesteaks og morkelsauce samt en klassisk citronfromage med råsyltede rabarber. Mens duften af hjemmelavet mad breder sig i det lokale skolekøkken, bliver der småsnakket livligt, grint højlydt og med jævne mellemrum kigget ned på de opskrifter, der til anledningen er blevet udleveret.

*"Jeg går til madlavning for mænd for at forbedre min gastronomiske formåen. På kurset har jeg haft mulighed for at udvide min horisont med nye smage og tilberedningsmetoder. Jeg har nydt at tilbringe en aften om måneden med andre lokale, der værdsætter socialt samvær og god mad",* fortæller Nicholas Jensen, som er en af kursisterne på madlavning for mænd i Holbæk.

Og det er ikke kun mændene, der finder sammen om den gode smag. LOF har masser af madkurser for både mænd, kvinder og alle midt i mellem. Og også på tværs af generationerne. Det handler om at mødes omkring bordet for at smage på en fælles interesse. Og om at hygge sig, blive inspireret og ta' noget med hjem. Til efteråret kan du fx tage ungerne med til *Madlavning for børn*, du kan blive inspireret til en grønnere hverdag med *Vegetarisk workshop* eller du kan lære at lave dine egne flødeboller, vingummier og fyldte chokolader til alle os, der har en sød tand. Det nye kursuskatalog kommer efter sommerferien, men allerede nu kan du finde og tilmelde sig de nye madkurser (og mange andre attraktive kurser, oplevelser og foredrag) på [www.lof.dk/holbaek](http://www.lof.dk/holbaek)

**For mere info:**

LOF Holbæk-Lejre

Malena Salvado (kommunikation & udvikling) [malena@lofholbaek.dk](mailto:malena@lofholbaek.dk)

Tlf.: 40 35 99 86 // 60 13 99 86